



Утверждаю :  
 Заведующей МБДОУ ПМО СО  
 "Первомайский детский сад"  
 Халджиева Т. Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№т.к./№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<i>среды</i>								
День 3								
Завтрак:	Каша молочная манная с маслом	200	6,2	8,05	31,09	222,02	0,2	№77 №118
		5						
	Хлеб с маслом	30	2,1	5,9	14,4	119,1	0	№186 №3
		5						
	Чай с молоком и сахаром	200	3,54	3,1	15,8	102,66	1,58	№ 48 №394
<b>Итого:</b>		<b>440</b>	<b>11,84</b>	<b>17,05</b>	<b>61,29</b>	<b>443,78</b>	<b>1,78</b>	
второй завтрак:	Сок фруктовый	100	0,75	0	15,15	64,005	3,33	№2 №399
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	<b>0,75</b>	<b>0</b>	<b>15,15</b>	<b>64,005</b>	<b>4</b>	
Обед:	Салат из свежих огурцов	45	0,59	2,69	2,24	44,52	10,06	№4 №55
	Суп свекольник с мясом и сметаной	250	3,38	5,2	11,03	116,11	15,94	№90 №277№ 38№511
		26						
		5						
	Суфле из печени	130	16,08	5,58	2,24	122,4	7,4	№75 № 53
	Картофельное пюре с маслом	170	3,46	5,4	23,17	155,4	19,37	№7 № 321
		5						
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,04	0	26,96	107,44	0,8	№4 № 126
Хлеб пшеничный обогащ."Валитек-8"	20	3,07	0,85	16,74	97,5	0	№3 № 147	
Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,165	94,5	0	№94 №147	
<b>Итого:</b>		<b>901</b>	<b>24,55</b>	<b>18,87</b>	<b>65,64</b>	<b>545,87</b>	<b>53,57</b>	
Уплотненный полдник:	Овощное рагу	180	17,38	18,86	14,98	320	9,74	№46 №77
	Витаминный напиток	180	0	0	172,8	262,8	180	№1 №213
	Яйцо отварное	40	5,2	4,8	4	62,8	0	№86 №150
	Хлеб пшеничный обогащ."Валитек-8"	30	4,1	1,07	20,93	107,22	0	№3 №147
<b>Итого:</b>		<b>430</b>	<b>26,68</b>	<b>24,73</b>	<b>212,71</b>	<b>752,82</b>	<b>189,74</b>	
<b>Итого за третий день:</b>		<b>1871</b>	<b>63,82</b>	<b>60,65</b>	<b>354,79</b>	<b>1806,475</b>	<b>249,09</b>	